

今日のインテリア ~ おしゃれなギャッベ ~

お部屋におしゃれなギャッベを敷いてみませんか？
今、注目を集めているギャッベ。どんなものなのでしょう。

■ギャッベとは？

イランの高原南西部、南ペルシアの遊牧民によって織られている手織りの絨毯、「ギャッベ」。同じイランのペルシャ絨毯はシルクなど高級素材で織られているのに対し、羊毛を自然の草木で染めて織られています。

■遊牧民の温かさ

遊牧民の母から娘に受け継がれていくギャッベはとても温かみがあり、家族のぬくもりを感じます。毛足が長くふかふかなので、いつの間にか眠ってしまうほどの安心感です。日中と夜の寒暖差が30℃ある高地で育まれた羊毛で作られているので、調湿効果が優れており、冬はもちろん夏にも使えます。着色はすべて天然の草木で染められています。

■感性豊かな色合い

高原に広がる植物や動物など、自然をモチーフにした模様が多く、大地を基調とした独特の色合いは、日本の木の家によく合います。手作りのため全て1点ものです。



■リビングに置くサイズは

リビングには100×140cmのラグサイズ。玄関マットには70×120cmの大きさがおすすめ。少しお値段は張りますが、親から子、孫の代まで受け継ぐことができます。お家の中で大自然を楽しんでみてください。

今どきのリフォーム事情 ~ 食器棚を入れ替える ~

いつも使う食器棚。食器の数と家族の人数は合っていますか？
食器棚のサイズはちょうどよいでしょうか？客観的によく見てみましょう。

◆大きな食器棚が占領していませんか？

家族の人数が減ったのに、食器の枚数はそのままになっていませんか？また、昔は法事など様々な行事を家で行っていて、その時に使っていた食器・お膳がそのままになっているお宅もあります。

そのために、大きな食器棚がキッチンやダイニングスペースを占領していないでしょうか？今のライフスタイルに大きな食器棚が必要かどうかを考えてみてください。

これからは、スペースが広く動きやすいキッチンが理想です。また、食器もすぐに必要な物が取れるようにしたいものです。そのためには、まず、今の食器棚を見直しましょう。ライフスタイル、家族の人数に合わせた食器棚にしましょう。

◆作り付け

食器棚を作り付けで作ってもらうこともできます。メリットは、希望の奥行き、幅、高さ、棚板の枚数に作ってもらえる点です。そのため、入れたい物がきちんと収納できる食器棚になります。また、壁に固定すると、家の一部になるので、地震の時も安心です。



◆家具

家具として食器棚を新設することもできます。メリットは、バリエーションが豊富という点です。最近では、引き出し式の食器棚も多く出ています。上から欲しいものが見えるので取り出しやすく、収納もしやすいですよ。

たのしいこどもLife

手先の器用な子供に育てよう

「うちの子は手先が不器用で心配…」という話をよく耳にしますが、早めに意識してトレーニングすることで大きく改善します。手先の器用さと学力は密接な関係がある、ともいわれています。生活の中に楽しみながら取り入れてみませんか？

◆手先を器用にすることのメリット

やはり一番は、手を動かすことで脳の発達を促すことができる点です。子供たちは幼稚園や保育園を経て、学校でたくさんのことを学んでいきます。現在、未就学児がいる家庭では、なおのことトレーニングするメリットが大きいです。また、トレーニングする中で、「集中力・想像力・思考力」が自然と身に付きます。そして、やり遂げる体験により、自信を持つことができるのではないのでしょうか。学校生活はもちろん、社会で生きていく上でも、とても大切なことです。



◆おすすめのトレーニング

遊びの中でできるものがあります。下記のトレーニングでしたら、毎日続けられますし、自宅でも挑戦しやすいですよ。

- ぬり絵 ●ハサミやノリを使っの製作
- 積み木やブロック遊び
- 折り紙を折る ●粘土や砂場遊び ●パズル

まずは子供ができそうなもの、興味を持ってそうなものを選んでください。そして、一人で挑戦させてみましょう。見ていてもどかしいかもしれませんが、子供自身が考え、挑戦する時間はとても大切です。

そして、うまくいかない時にはアドバイスし、一緒にやってみましょう。親子のコミュニケーションも取れ、一石二鳥です。

さわらの西京漬け

みんな!
ごはんにするよ★

材料【4人分】

・さわらの切り身	4切	・白味噌	80g
・塩	適量	・酒	大1
		・みりん	大1
		・しょうゆ	大1



①



さわらの切り身に両面軽く塩を振って30分ほど置き、軽く水洗いして水分をしっかりと拭き取る。

②



①を混ぜ合わせ、さわらの身全体に塗りタッパーに入れる。余った味噌ダレは上からかけてフタをし、3~4日ほど冷蔵庫で寝かせる。

③



味噌ダレを軽くぬぐい、クッキングシートを敷いたフライパンで両面返しながら弱めの中火でフタをして焼く。

※クッキングシートは製品によっては燃えてしまう可能性があります。各メーカーの使用上の注意をご確認の上ご使用ください。